بسم اللہ الرحمن الرحیم

مسواک کا لفظ "س۔و۔ک" سے ہے جس کا مطلب ہے "ملنا"۔ اصطلاح میں اس سے مراد وہ لکڑی ہے جس سے منہ اور دانتوں کی صفائی کی جاتی ہے۔ مسواک کرنا تمام انبیاء کی سنت رہی ہے اور آج بھی دنیا بھر کے مسلمانوں میں مقبول ومعروف ہے۔

مسواک کی اہمیت

مسواک کی اہمیت کا اندازہ مندرجہ ذیل روایات سے ہوتا ہے۔

فطرت میں سے ہونا: سیدہ عائشہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "دس باتیں فطرت میں سے ہیں۔ (ان میں سے ایک) مسواک کرنا ہے"۔ (صحیح مسلم: 604)

رب کی رضا مندی کا ذریعہ: سیدہ عائشہؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: اَلسِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِّلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِّلرَّبِّ (سنن النسائی: 5)

"مسواک منہ کے لیے طہارت کا سبب اور رب کی رضا مندی کا ذریعہ ہے"۔

نبی کریم ﷺ کو تاکیدی حکم: رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

* "مجھے مسواک کرنے کا اس قدر حکم دیا گیا کہ مجھے گمان ہونے لگا یا میں سمجھنے لگا کہ اس کے بارے میں مجھ پر قرآن کی کوئی آیت نازل ہو جائے گی"۔ (مسند احمد، ج:4، 2125)
* "مجھے مسواک کا اس کثرت سے حکم دیا گیا کہ مجھے یہ ڈر ہوا کہ یہ مجھ پر فرض ہو جائے گی"۔ (مسند احمد، ج:25، 16007)
* "مجھے مسواک کا اس قدر حکم دیا گیا کہ میں اپنے دانتوں کے بارے میں ڈرنے لگا"۔ (المعجم الکبیر للطبرانی، ج:11، 12286)

اُمت کو ترغیب: رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: لَوْ لَا اَنْ اَشُقَّ عَلٰی اُمَّتِیْ اَوْ عَلَی النَّاسِ لَاَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ (صحیح البخاری: 887)

"اگر مجھے اپنی اُمت یا لوگوں کی تکلیف کا خیال نہ ہوتا تو میں ہر نماز کے لیے ان کو مسواک کا حکم دیتا"۔

نبی کریم ﷺ کا آخری عمل: مسواک کرنے کی اہمیت کا اندازہ اس بات سے لگایا جا سکتا ہے کہ آپ ﷺ نے اپنی وفات سے قبل جو آخری عمل کیا وہ مسواک کرنا تھا۔ (بحوالہ مسند احمد، ج:43، 26347)

مسواک کی اقسام

مسواک کے لیے ہر اس درخت کی شاخ استعمال کی جا سکتی ہے جس کے ریشے ایسے نرم ہوں کہ نہ دانتوں میں خلا بنائیں اور نہ ہی مسوڑھوں کو نقصان پہنچائیں۔ بہترین مسواک پیلو، زیتون، نیم کے درختوں اور کنیر کے پودوں سے حاصل ہوتی ہے۔

پیلو: سیدنا عبداللہ بن مسعودؓ فرماتے ہیں: "میں رسول اللہ ﷺ کے لیے پیلو کے درخت سے مسواک چنا کرتا تھا"۔ (صحیح ابن حبان، ج:15، 7069)

پیلو کی مسواک نرم ریشوں والی ہوتی ہے۔ اس میں کیلشیم اور فاسفورس ہوتی ہے۔ پیلو کی مسواک میں موجود فاسفورس لعابِ دہن اور مساموں کے ذریعے دماغ تک پہنچتی ہے جس سے دماغ کو قوت ملتی ہے۔ پیلو کی تازہ مسواک کی بیرونی چھال میں بعض ایسے قدرتی جراثیم کُش اجزاء (Natural Antibiotics) ہوتے ہیں جن کا اثر پنسلین سے ملتا جلتا ہے۔

زیتون: زیتون کے درخت کو قرآن مجید میں مبارک درخت کہا گیا ہے۔ اس کی مسواک خاص طور پر دانتوں کے درد کے لیے بہت مفید ہے۔

نیم: نیم کی مسواک اپنے کڑوے پن کی وجہ سے نہایت مفید ہے۔ یہ بہترین جراثیم کُش درخت ہے۔ اس کی مسواک میں دانتوں کی بیشتر بیماریوں کا علاج ہے۔

کنیر (Oleander): کنیر، سفید یا سرخ پھولوں والا پودا ہوتا ہے۔ اس کی مسواک کڑوی ہوتی ہے مگر یہی کڑوا پن دانتوں کے لیے مفید ہے۔ اس کے استعمال سے دانتوں کی اکثر تکالیف پائیوریا وغیرہ ختم ہو جاتی ہیں۔ یہ دانتوں کی چمک اور مضبوطی کے لیے بھی بہت عمدہ ہے۔

مسواک کرنے کا طریقہ

* مسواک دائیں ہاتھ سے کرنی چاہیے۔

سیدہ عائشہؓ فرماتی ہیں کہ: "رسول اللہ ﷺ جب طہارت فرماتے تو صفائی میں دائیں طرف سے ابتدا کرنا پسند کرتے"۔ (صحیح مسلم: 616)

* مسواک کو دانتوں پر دائیں سے بائیں طرف کرنا بہتر ہے۔

سیدنا حذیفہؓ سے روایت ہے کہ: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ اِذَا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ يَشُوْصُ فَاهُ بِالسِّوَاكِ (صحیح البخاری: 245)

"نبی ﷺ جب رات کو تہجد کے لیے اٹھتے تو مسواک سے دانتوں کو دائیں سے بائیں صاف کرتے"۔

* زبان پر بھی مسواک کرنی چاہیے۔

سیدنا ابو موسیٰ اشعریؓ سے روایت ہے کہ: "میں نبی کریم ﷺ کے پاس آیا اس حال میں کہ آپ کی زبان پر مسواک کا ایک سرا تھا"۔ (صحیح مسلم: 592)

سیدنا ابو موسیٰ اشعریؓ ہی سے روایت ہے: "میں نبی کریم ﷺ کے پاس آیا تو ان کو اس حال میں پایا کہ وہ اپنے ہاتھ میں لی ہوئی مسواک کر رہے تھے اور اُع اُع کرتے تھے۔ مسواک آپ ﷺ کے منہ میں تھی۔ ایسا محسوس ہوتا تھا گویا کہ آپ ﷺ قے کر رہے ہیں"۔ (صحیح البخاری: 244)

مسواک کی حفاظت

* استعمال کے بعد مسواک دھو کر صاف اور خشک جگہ پر رکھیں۔

سیدہ عائشہؓ نے فرمایا: "اللہ کے نبی ﷺ مسواک استعمال کرتے، پھر آپ اسے دھونے کے لیے مجھے دیتے۔ میں پہلے اس سے خود مسواک کرتی اور پھر اسے دھو کر آپ کو لوٹا دیتی"۔ (سنن ابی داؤد: 52)

* زیادہ استعمال کے بعد مسواک نرم ہو کر ذائقہ کھو دے تو وہ حصہ کاٹ لیں۔

تحقیق کے مطابق مسواک استعمال کرنے کے بعد واش روم سے چھ فٹ کے فاصلے پر رکھنی چاہیے کیونکہ واش روم میں نظر نہ آنے والے جراثیم موجود ہوتے ہیں جو مسواک کے ریشوں میں ڈیرہ جما لیتے ہیں اور نمی ان کے پلنے بڑھنے کا سبب بنتی ہے۔

مسواک کرنے کے اوقات

مسواک کسی بھی وقت کی جا سکتی ہے البتہ مندرجہ ذیل اوقات مستحب ہیں۔

نیند سے بیدار ہو کر: سیدنا ابن عمرؓ روایت کرتے ہیں: "آپ ﷺ سوتے تو لازماً مسواک آپ کے پاس ہوتی اور جب بیدار ہوتے تو سب سے پہلے مسواک کرتے"۔ (السلسلة الصحيحة: 2111)

"سیدنا حذیفہؓ سے روایت ہے کہ: "نبی ﷺ جب رات کو اٹھتے تو اپنے منہ کو مسواک سے صاف کرتے"۔ (صحیح البخاری: 245)

ہر وضو کے ساتھ: سیدہ عائشہؓ فرماتی ہیں: "نبی ﷺ جب بھی سو کر اٹھتے خواہ رات ہو یا دن، آپ ﷺ وضو سے پہلے مسواک ضرور کرتے"۔ (سنن أبي داؤد: 57)

سیدنا ابو ہریرہؓ سے روایت ہے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "اگر میں اپنی امت کے لیے مشکل نہ سمجھتا تو میں ہر وضو کے ساتھ انہیں مسواک کرنے کا حکم دیتا"، پھر ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ میں نے جب سے رسول اللہ ﷺ کا یہ فرمان سنا ہے میں سونے سے پہلے بھی مسواک کرتا ہوں، سو کر اٹھنے کے بعد، کھانے سے پہلے بھی اور کھانے کے بعد بھی مسواک کرتا ہوں۔ (مسند احمد، ج:15، 9194)

ہر نماز سے پہلے: سیدنا ابو سلمہؓ کہتے ہیں: "میں نے دیکھا کہ سیدنا زیدؓ مسجد میں بیٹھے ہوتے اور مسواک ان کے کان پر رکھی ہوتی، جیسے کسی منشی کا قلم اس کے کان پر ہوتا ہے، جب نماز کے لیے اٹھتے مسواک کر لیتے"۔ (سنن أبي داؤد: 47)

نماز تہجد کے لیے: سیدنا حذیفہؓ سے روایت ہے: "رسول اللہ ﷺ جب تہجد کے لیے اٹھتے تو اپنے منہ کو مسواک سے صاف کرتے"۔ (صحیح مسلم: 593)

سیدنا ابن عباسؓ سے روایت ہے: "رسول اللہ ﷺ رات کو دو، دو رکعت نماز پڑھتے، پھر فارغ ہو کر مسواک کرتے تھے"۔ (سنن ابن ماجہ: 288)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''جب تم میں سے کوئی رات کو نماز پڑھنے کے لیے اٹھے تو مسواک کرے کیونکہ تم میں سے کوئی جب اپنی نماز میں قراءت کرتا ہے تو فرشتہ اس کے منہ پر اپنا منہ رکھ دیتا ہے''۔ (شعب الایمان، ج:2، 2117)

جمعہ کے دن: نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''تین چیزیں ہر مسلمان پر حق ہیں: جمعے کے دن غسل کرنا، مسواک کرنا اور خوشبو لگانا''۔
(صحیح الجامع الصغیر: 3028)

رسول اللہ ﷺ نے کسی جمعہ کے دن فرمایا: ''اے مسلمانوں کے گروہ! یہ وہ دن ہے جسے اللہ تعالیٰ نے عید کا دن بنایا ہے، تو غسل کرو اور جس کے پاس خوشبو ہو تو آج کے دن خوشبو لگانا نقصان دہ نہیں ہے اور مسواک کو تم لازم کرلو''۔
(موطا امام مالک: 113)

تلاوتِ قرآن سے پہلے: رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''بلاشبہ جب بندہ مسواک کرتا ہے، پھر کھڑا ہوتا ہے اور نماز پڑھتا ہے تو اس کے پیچھے فرشتہ کھڑا ہو جاتا ہے اور اس کی قراءت سنتا ہے۔ پھر اس سے قریب ہو کر کھڑا ہوتا ہے حتیٰ کہ وہ اپنا منہ اس کے منہ پر رکھ دیتا ہے۔ پھر قرآن کا جو حصہ بھی اس کے منہ سے نکلتا ہے وہ فرشتے کے پیٹ میں چلا جاتا ہے لہٰذا تم قرآن کے لیے اپنے منہ پاک کرو''۔ (صحیح الترغیب والترھیب: 215)

سیدنا علی بن ابی طالبؓ فرماتے ہیں: ''بلاشبہ تمہارے منہ قرآن کے لیے راستے ہیں لہٰذا تم انہیں مسواک کے ذریعے پاک صاف رکھا کرو''۔
(سنن ابن ماجۃ: 291)

روزہ کی حالت میں: مسواک کا استعمال روزے کو باطل نہیں کرتا۔

سیدنا عبدالرحمٰن بن غنمؒ بیان کرتے ہیں: ''میں نے معاذ بن جبلؓ سے پوچھا: کیا میں روزے کی حالت میں مسواک کروں؟ تو انہوں نے فرمایا: ہاں۔ میں نے کہا: دن کے کس حصے میں مسواک کروں؟ انہوں نے فرمایا: دن یا رات کو۔ میں نے کہا: لیکن لوگ شام کو مسواک کرنا ناپسند کرتے ہیں اور کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہے کہ روزے دار کے منہ کی بو اللہ تعالیٰ کے ہاں کستوری سے زیادہ پاکیزہ ہے انہوں نے فرمایا: سبحان اللہ! رسول اللہ ﷺ نے ہی تو ان کو مسواک کا حکم دیا ہے اور جان بوجھ کر وہ لوگوں کو ایسی چیزوں کا حکم نہیں دیتے کہ وہ اپنے منہ بدبودار کرلیں۔ اس بات میں کچھ خیر نہیں بلکہ اس میں برائی ہے''۔ (ارواء الغلیل: 106/1)

گھر میں داخل ہونے کے بعد: سیدہ عائشہؓ سے روایت ہے: ''جب نبی ﷺ اپنے گھر میں تشریف لاتے تو سب سے پہلے مسواک کرتے''۔
(صحیح مسلم: 591)

مسواک کے فوائد

مسواک بیک وقت ٹوتھ برش، ٹنگ کلینز (Tounge cleaner)، ماؤتھ واش (Mouth wash) اور فلوس (Floss) کا کام کرتی ہے۔ منہ کے مختلف حصوں کے لیے مسواک کا استعمال بہت مفید ہے۔

دانت: مسواک دانتوں کے ان حصوں کی بھی صفائی کرتی ہے جہاں عام طور پر ٹوتھ برش نہیں پہنچ سکتا۔ دانتوں کو کیڑا لگنے سے بچاتی ہے۔ اگر پہلے سے دانتوں میں بیماری لگی ہو تو اسے مزید خراب ہونے سے روکتی ہے۔ دانت کے درد میں آرام کا ذریعہ ہے اور دانتوں پر پیلی تہہ (Plaque) نہیں جمنے دیتی۔ چنانچہ مسواک سے دانتوں اور داڑھوں کو اچھی طرح صاف کرنا چاہیے۔

✱ سیدنا ابن عمرؓ فرماتے ہیں: ''دانتوں کے خلال کو چھوڑنے سے دانت کمزور ہوجاتے ہیں۔ نیز فرمایا زائد کھانے کے ذرات جو داڑھوں میں باقی رہ جاتے ہیں وہ داڑھوں کو کمزور کردیتے ہیں''۔ (ارواء الغلیل: 1974)

مسوڑھے: مسواک کرنے سے مسوڑھوں کا مساج ہوتا ہے جس سے تازہ خون گردش کرتا ہے اور کالے مسوڑھے خوش نما رنگت پکڑنے لگتے ہیں۔ آہستہ آہستہ مسوڑھوں سے خون آنا بند ہو جاتا ہے اور ان کے ریشے سکڑ کر مضبوط ہو جاتے ہیں۔

زبان: مسواک کا اچھی طرح نرم کیا ہوا سرا زبان پر چپکے ہوئے فاسد مادوں کو ہٹاتا ہے جس سے ذائقہ محسوس کرنے والے غدودوں کی صلاحیت بہتر ہوتی ہے۔ کان، ناک اور گلے سے بلغمی اثرات زائل ہوتے ہیں اور نتیجتاً آواز اور گفتار میں خوشگوار تبدیلی آتی ہے۔ مسواک کرتے رہنے سے زبان اور منہ کے غدود متحرک ہو کر مناسب مقدار میں لعاب دہن خارج کرتے ہیں جس سے منہ خشک رہنے کی شکایت رفع ہوجاتی ہے۔

نظامِ انہضام: مسواک میں موجود قدرتی مادہ منہ میں لعابِ دہن (Saliva) پیدا کرنے والے غدودوں کی صلاحیت میں اضافہ کرتا ہے۔ اس طرح جو غذا چبائے جانے کے بعد معدے کی طرف جاتی ہے وہ اس لعاب دہن کی وجہ سے اگلے غدودوں کو بھی متحرک کرتی ہے جس سے سارا نظام انہضام درست رہتا ہے۔

دائمی نزلہ زکام کا علاج: دائمی نزلہ، زکام کے مریض اگر مسواک کا استعمال کریں تو رکی ہوئی بلغم بھی خارج ہونے لگتی ہے جس سے مریض کا دماغ ہلکا ہونے لگتا ہے۔ پیتھالوجی میں یہ بات ثابت ہے کہ دائمی نزلے کے لیے مسواک تریاق سے کم نہیں۔

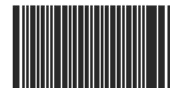
الغرض مسواک کرنے سے نہ صرف سنت پر عمل کا اجر و ثواب ملتا ہے بلکہ صحت و تندرستی بھی حاصل ہوتی ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ ہمیں اس سنت پر بہترین عمل کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین

تاریخ اشاعت: دسمبر 2013

الھدیٰ انٹرنیشنل ویلفیئر فاؤنڈیشن

اسلام آباد: 7-اے کے بروہی روڈ H-11/4 اسلام آباد پاکستان
فون: +92-51-4866130-1 +92-51-4866125-9

کراچی: 30-اے سندھی مسلم کوآپریٹو ہاؤسنگ سوسائٹی کراچی پاکستان
فون: +92-21-34313273-4 +92-21-34528547



www.alhudapk.com
www.farhathashmi.com

مسواک

ePamphlet



الہدیٰ پبلی کیشنز
AL-HUDA PUBLICATIONS